



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇAĞLALI ET KAVURMA

2 yemek kaşığı margarin
250 gram kuzu eti
Yarım kilo çağla
2/3 adet domates
3/4 diş sarımsak
Tuz

1. Kuzu etini kuşbaşı doğrayın.
2. Tencereye çok az su ve margarini koyup harlı ateşte karıştırarak kavurun. Kısık ateşte suyunu bıraktığı için lezzeti kaçıyor.
3. Sarımsakları doğrayıp etle kavurun.
4. Çağlaları yıkayıp ortadan ikiye ayırın. Pişmeye yakın ete ekleyin.
5. Domatesleri soyun. Küp doğrayın. Ete ilave edin.
6. Yemek iyice pişince tuzunu ilave edin. Pilavla servis yapın.

